

# Stabilisierung, Affektregulation und Ressourcenentwicklung

## Teil 1

E.Gimm, R.Lesch

8 UE, 160,- €

Oldenburg

Imaginative Techniken, Distanzierungs- und Stabilisierungsübungen, Framing zur Distanzierung von Traumainhalten, Selbstberuhigungstechniken, Dissoziationsstopp.

## Teil 2

T. Freiha

8 UE, 160,- €

Oldenburg

Theoretische Darstellung des Modells aus der dialektischen-behavioralen Therapie: DBT, Skillstraining, Affektdistanzierung und -regulierung, Abgrenzung zur besseren Stresstoleranz, Kognitive-behaviorale Verfahren im Überblick, Ressourcen- und Traumalandkarte.